

**Thay vì cho bú bình,  
quý vị hãy cố dỗ em bằng cách:**

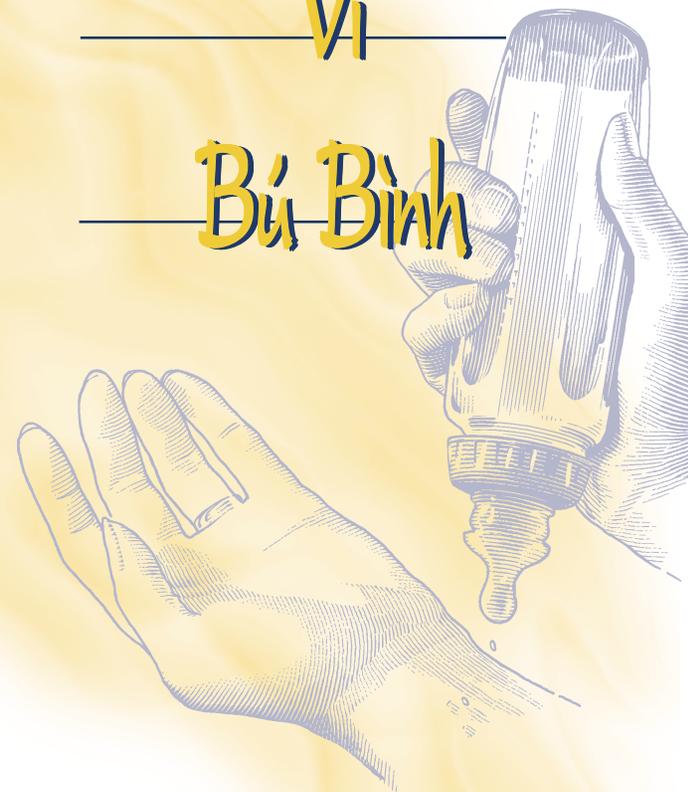
- Đong đưa trên ghế.
- Hát ru em.
- Xoa lưng em bé.
- Lên giây thềm hộp âm nhạc có vật quay quanh.
- Cho em cái khăn mềm hoặc con thú bằng bông nhồi.

Em Bé

Sâu Răng

Vì

Bú Bình



Cơ Quan Quản Trị Trợ Cấp Y Tế

May 1998



Cơ Quan Quản Trị Trợ Cấp Y Tế

May 1998

## **Thế nào là sâu răng vì bú bình?**

Em bé sâu răng vì bú bình là bệnh sâu răng nặng thường đưa đến việc phải cho em vào bệnh viện.

Răng của em bé có thể bị đau nếu em được cho ngâm bình nước trái cây, nước ngọt, sữa hộp pha sẵn và nước ngọt như Jello hoặc nước đường, khi em đi ngủ.

## **Tại sao lại sâu răng?**

Trong ngày, em bé nuốt các nước này một cách nhanh chóng cho nên chất nước này không dính vào răng. Trong lúc ngủ ngày hoặc ban đêm, nước có đường ngậm quanh răng. Trong lúc ngủ, có ít nước miếng để rửa sạch răng, và răng bắt đầu sâu.

## **Quý bà có thể làm gì để ngăn chặn sâu răng vì bú bình?**

Đây là một vài bí quyết:

Cho em bé ăn trước khi cho em đi ngủ.

Thay bình bằng núm vú giả trước giờ ngủ ngày, hoặc ban đêm.

***Nếu quý bà cần cho em ngâm bình để ngủ thì chỉ cho em bú nước thôi. Khi em đã ngủ rồi thì lấy bình ra. Đừng khó chịu nếu em mút ngón tay cái hoặc mút ngón tay. Phần nhiều, điều này không có hại cho các em bé hoặc các em còn rất nhỏ.***

Đừng để em bé đi lang thang cả ngày với bình nước trái cây, sữa hoặc Kool-Aid. Uống liền liền không để cho răng có cơ hội rửa sạch. Hãy dạy cho em dùng tách uống lúc em được một tuổi.

## **Em bé đi ngủ mà còn cho bú bình có thể làm hư răng em!**

***Hãy chùi răng của em bé. Chỉ cần lau răng và lợi bằng khăn vải sạch và ấm hoặc bằng miếng gạc.***

Khi răng lú ra, mỗi ngày hãy chải bằng bàn chải mềm. Hãy dùng chút kem đánh răng có fluoride, bằng hạt đậu, khi em được một tuổi.

***Con em quý bà phải đi nha sĩ khi được khoảng một tuổi rồi cứ mỗi năm đi một lần để khám răng.***

